

SIETE BELLEZAS

Verano en la Patagonia andina. Un recorrido por el excepcional paisaje de la Ruta de los Siete Lagos

Misiones invita a recorrer

Areas Naturales Protegidas

- Más de 700 mil hectáreas de Reservas y Parques
- Conservamos la selva misionera para los argentinos y el mundo



Gobierno de la Provincia de Misiones

POR GUILLERMO LANFRANCO

Si pisar la cima del gigante es privilegio —y riesgo— de unos pocos, llegar a sus pies, es una alternativa posible y segura para cualquiera que esté dispuesto a caminar unos kilómetros, en medio de un paisaje cautivante. El gigante no es otro que el cerro Aconcagua, techo de América con 6962 metros de altura. Meca de escaladores de todo el mundo y también centro de una reserva natural de 71 mil hectáreas ubicada 180 kilómetros al oeste de la ciudad de Mendoza, casi en el límite con Chile.

Una caminata veraniega permite llegar a la base de la pared sur del Aconcagua, hasta una altitud de 4200 metros. Se trata de una excursión de trekking de cuatro días, apta para cualquier edad y sin necesidad de contar con mucha preparación física. Previo paso por la ciudad de Mendoza para tramitar el permiso de ingreso al Parque Provincial Aconcagua (ver aparte), la excursión tiene su primera escala en un refugio de montaña del complejo de esquí de Penitentes (2700 metros de altura) sobre la ruta internacional N° 7 que lleva al paso Cristo Redentor. Esta primera parada permite ir aclimatando el organismo a las exigencias de la altura y recorrer por la tarde el cercano Puente del Inca, donde quedan vestigios del hotel termal arrasado por un alud en 1965. La gran carga de minerales —especialmente azufre— de las vertientes, da un color amarillento a todo el entorno, incluso a cualquier objeto que quede un tiempo bajo esas aguas.

La segunda jornada arranca con el ingreso de los visitantes al Parque Provincial Aconcagua, una de las doce áreas protegidas (5% de su territorio) con que cuenta Mendoza, una provincia que le ha dado particular importancia al tema medio ambiental. A tal punto que cada excursionista recibe una bolsa numerada para depositar residuos, la que debe devolver al terminar el paseo.

De allí en más, comenzará el as-



Paso a paso, por el puente colgante de la Quebrada del Durazno, que ahorra el vadeo del río Horcones Inferior.

MENDOZA *Trekking por los techos de América*

Verano en el Aconcagua

Una caminata de cuatro días hasta la base de la pared sur del Aconcagua, un farallón vertical —considerado la cara más difícil— para encarar la escalada hasta la cima. Aunque llegar a los 6962 metros de altura del gigante es un desafío para expertos, se pueden hacer escaladas más sencillas hasta el mirador de Plaza Francia, ubicado a 4200 metros. Desde allí, la estremecedora sensación de haber tocado los pies del coloso, inmerso en el insondable silencio de las nieves eternas.



Un alto antes de continuar la aventura de un ascenso, apto para cualquier edad.

censo, que en este tramo se extenderá durante cinco horas por senderos de montaña. Las recomendaciones para el caminante pasan por evitar los esfuerzos irregulares, mantener un ritmo de marcha constante y de pasos cortos, beber agua para mantener la hidratación y realizar paradas que permitan retomar el aliento, pero sin extenderlas mucho. La primera escala es en la laguna de Los Horcones (2900 metros de altura), un ojo de agua de color verde intenso y poco menos de 100 metros de diámetro, que resulta singular ante la aridez del entorno. La laguna sufrió un importante retroceso, cuando sirvió de fuente para la construcción del nuevo edificio del paso fronterizo a Chile, pero ahora está recuperando terreno poco a poco.

En el camino, aparecerá el puente colgante de la Quebrada del Durazno, que ahorra el vadeo del río Horcones Inferior. Los guías adjudican el puente a las obras que se realizaron para acceder a la zona de filmación de la película *Siete años en el Tibet* (protagonizada por Brad Pitt) en 1997. La caminata prosigue por la margen izquierda del río, con la postal del "centinela de los Andes" siempre a la vista. En las laderas, la vegetación achaparrada se vuelve cada vez más raleada, dada las escasas posibilidades de desarrollo en un clima seco, muy frío y de nevadas frecuentes. En esta zona suelen verse zorros o guanacos, aunque la fauna se torna cada vez más esporádica, ahuyentada por la constante presencia humana.

El arribo al campamento Con-



COMENZO LA TEMPORADA!

Costanera Norte y av. Sarmiento

ABONOS:

TEMPORADA
MENSUAL
WEEKEND
SEMANAL

Entradas diarias

4807-1010

www.puntacarrasco.com.ar

PUNTA CARRASCO

www.openmind.com.ar

fluencia (3200 metros de altura) después de cinco horas y 8 kilómetros de marcha, permite tomar contacto con andinistas provenientes del todo el mundo, convocados por el desafío de hacer cima en el pico más alto de América. Confluencia es una especie de “nudo” de donde se sigue hacia los distintos campamentos base, lugares previos a la escalada final a la cumbre del Aconcagua o a otros picos vecinos no menos temibles. El campamento cuenta con comodidades “5 estrellas” para la montaña, como carpa-comedor, luz eléctrica generada con energía solar, baños químicos y carpas para dos o tres personas donde se pasa la noche. El panorama de infinidad de pequeñas carpas tipo iglúes en medio de las catedrales de piedra, es una de las visiones más insólitas del viaje. En Confluencia pueden llegar a congregarse hasta 200 personas, en un fluir constante entre quie-



La indescriptible sensación de andar por las laderas del imponente Aconcagua.

nes ascienden y descienden.

A la mañana siguiente, llega el momento del tirón final hasta Plaza Francia (4200 metros de altura). A un ritmo algo más lento para evitar las consecuencias del “mal agudo de montaña” (MAM), serán necesarias unas tres o cuatro horas para llegar a la pared sur del Aconcagua, un farallón casi vertical de casi 3000 metros. Esta cara del cerro es la más difícil para los escaladores, al punto que recién

en 1954, un grupo de franceses logró vencerla para llegar a la cima (la primera ascensión absoluta del cerro fue en 1897). La ascensión es una escalada mixta (roca y hielo), privilegio de unos pocos. Con otros ángulos de acometida, la ruta de dificultad menor es la Noroeste, mientras la del Glaciar de los Polacos es de dificultad intermedia.

La visión del entorno desde el mirador de Plaza Francia es estre-

mecedora, rodeado por las cumbres de nieves eternas y la sensación de haber tocado los pies del gigante.

Otra excursión dura siete días y tiene como destino Plaza de Mulas (4370 metros de altitud), en el lado norte del Aconcagua. En este caso el nivel de exigencia es mayor, ya que hay que repechar la larga Cuesta Brava, y se necesita un entrenamiento previo más exigente.

DATOS UTILES

■ La excursión de cuatro días hasta Plaza Francia dura 4 días y 3 noches. Fechas de salida: 27 de diciembre; 5 y 24 de enero; 9 y 23 de febrero.

■ Precio por persona: \$ 400.

■ Informes: info@acampartrek.com.ar. Guía de trekking: Jorge Vaglianti. Guía de Alta Montaña: Damián Redmond (0341) 435-1750. El permiso de ingreso del trekking corto a Plaza Francia cuesta \$ 20. Se tramita únicamente en las oficinas ubicadas en el Parque General San Martín de la ciudad de Mendoza. No se permite el ingreso de menores de 14 años.

■ Equipamiento necesario: mochila de 70 litros, bolsa de dormir de -15°, ropa de abrigo.

■ Transporte desde Retiro a la ciudad de Mendoza: empresa CATA Internacional. Costo del pasaje: de \$ 70 a \$ 110. Desde la ciudad de Rosario: Rápido Internacional / TAC. Costo: \$ 55 a \$ 70.

■ En Internet:

www.acampartrek.com.ar;
www.rosario-outdoors.com.ar; www.aconcagua.mendoza.gov.ar



Subsecretaría de Turismo de Santiago del Estero

LA TIERRA DE LA CHACARERA
TE ESPERA. CON SUS MUSICOS,
BOMBISTOS Y VIOLINES.
PARA COMPARTIR SUS FIESTAS,
SU TRADICION Y SU CULTURA.
SU HOSPITALIDAD Y
SUS PAISAJES.
EN ESTAS VACACIONES,
SEGUI LA MUSICA.
VENI A SANTIAGO.

www.sde.gov.ar



SEGUI LA MUSICA

SANTIAGO BIEN VALE UNA PEÑA

SUBSECRETARIA DE TURISMO
Libertad 417, Capital (C.P. 4200)
Tel. (0385) 421-4243 / 421-3253
infoturismosgo@arnet.com.ar

CASA DE SANTIAGO EN BUENOS AIRES
Florida 274, Capital Federal (C.P. 1005)
Tel. (011) 4322-4458
casasgo@casantiago.gov.ar

NORTE
ARGENTINO

POR GRACIELA CUTULI

El norte de los Andes patagónicos es un lugar donde las fuerzas de la creación se vieron inspiradas. Sus relieves están tapizados de densos bosques y bañados por un laberinto de lagos y ríos. Bajo el sol de verano, los azules y los verdes explotan en todas sus tonalidades, como en la paleta del más inspirado de los impresionistas. Hasta las construcciones y las infraestructuras son hermosas en este decorado natural donde todo parece perfecto. Capillas de madera, hoteles que se miran en las aguas de los lagos, rutas que serpentean sobre las faldas de los cerros, casas de arquitectura alpina, con techos de madera y fachadas pintadas de colores vivos. El itinerario ideal para no perderse ninguno de los atractivos de la región es conocer San Martín de los Andes, Bariloche, Villa La Angostura y sus regiones aledañas. La Ruta de los Siete Lagos es parte de este circuito, con bien ganada fama como una de las más lindas del continente. Villa La Angostura, en el centro de este mapa del tesoro natural, es el lugar ideal desde donde programar salidas y recorridos en toda la comarca.



La Isla Victoria emerge en las azules aguas del Lago Nahuel Huapi.

VACACIONES Verano en los lagos del sur

EL RIO MAS CORTO DEL MUNDO Villa La Angostura crece año tras año, y ya hace tiempo que los distintos “barrios” de la Villa se juntaron para formar una sola aglomeración: la villa original, el cruce, donde se concentran los comercios, y Bahía Manzano, una zona exclusiva que nació en torno de un hotel de lujo, en el

fondo de una bahía donde el agua se matiza con todos los tonos de verdes imaginables. De hecho, Villa La Angostura parece siempre estar en obra. La cantidad de boutiques de recuerdos, de hoteles y de restaurantes que se abren cada temporada al borde de los ejes principales ya le quitaron desde hace tiempo el aspecto de tranquilo pueblito de montaña que tenía a principios de los '90, cuando el cruce tenía apenas algunas casas y el Puerto era el verdadero centro.

Villa La Angostura es el punto de partida natural para la Península Quetrihué. Desde el barrio del puerto, se puede ingresar al camino que lleva hasta el Bosque de Arrayanes, la principal atracción natural de la zona, tan valiosa que es protegida por un Parque Nacional dentro de otro Parque Nacional: el PN Los Arrayanes, dentro del PN Nahuel Huapi. Es una caminata de varias horas, que se puede realizar un poco más ágilmente también en bicicleta. Además existe la posibilidad de subirse a uno de los barcos de excursión que salen varias veces por día desde el muelle del puerto.

Villa La Angostura, San Martín de los Andes y Bariloche forman una trilogía de lugares de ensueño, con paisajes donde se combinan perfectamente relieves, aguas y colores. Entre un punto y otro se extiende como un paisaje de maravillas la Ruta de los Siete Lagos.

El bosque de arrayanes no es, como se lo presenta a veces, único en el mundo (aunque no sean muchos los bosques, ya que el arrayán crece generalmente de forma solitaria), pero igualmente es una verdadera joya natural que se inserta en una de por sí notable corona de bellezas. Este bosque está compuesto por venerables árboles de varios siglos de existencia, con troncos de color canela y hojas de un verde oscuro cuyas sombras matizadas se mezclan formando juegos de luz y penumbra en todo el recorrido. Un paseo entablado fue instalado en el bosque para que el turismo masivo no dañe los suelos. En el centro, está la famosa cabaña de leña donde funciona un pequeño kiosco. Según una leyenda mantenida

viva para y por el turismo, este bosque habría inspirado al propio Walt Disney para los decorados de su película *Bambi*.

A pocos kilómetros del cruce de La Angostura, se encuentra una verdadera curiosidad geográfica: se trata del río más corto del mundo. Bien merecido tiene el nombre, ya que el Río Mínimo no corre más que por algunos cientos de metros. Une los lagos Correntoso y Nahuel Huapi, y según los lugareños es uno de los mejores pesqueros de la zona. Se lo puede ver desde el puente de la carretera o desde el puente peatonal de madera que lo cruza. En sus cercanías, sobre el lago Correntoso, se levanta la austera e imponente silueta del Hotel Correntoso, uno de los establecimientos pioneros en la zona. Cada año, tradicionalmente, en las aguas que bañan su reflejo, al pie del hotel, los pescadores de La Angostura se reúnen el día de la apertura de la pesca con mosca a mediados de la primavera. También en las inmediaciones de La Angostura, Cerro Bayo –el centro de esquí de la Villa– está cada vez más activo en verano. Entre las actividades más emocionantes, un grupo de guías proponen iniciarse en canopy, trepar y circular a la altura de la copa de los árboles, gracias a una red de cuerdas, tanzas y plataformas.

LA RUTA DE LOS SIETE LAGOS El nombre de este camino parece nacido de un cuento de ha-



Un bucólico paseo en canoa por la magnífica naturaleza de Villa La Angostura.

das. No sólo por su marco natural, sino también por el simbolismo de la cifra siete. Faltaría nada más que una Reina de las Nieves para que el título del cuento sea digno de figurar en la obra de los Hermanos Grimm. O en una obra de Dumas, porque –así como en sus novelas los mosqueteros eran cuatro y no tres–, los Siete Lagos son en realidad ocho. Este circuito entre asfalto y ripio es una de las alternativas para ir desde Villa La Angostura hasta San Martín de los Andes. No se puede prescindir de esta excursión cuando se está en la región. Los paisajes se suceden y compiten entre ellos en bellezas naturales.

Desde Villa La Angostura, el primer lago que se ve desde la ruta es por supuesto el Nahuel Huapi. En unos 184 kilómetros se pasa luego sucesivamente por los lagos Espejo, Correntoso, Escondido, Villarino, Falkner, Machónico y Lácar. El Espejo se estira casi hacia el límite con Chile, y es posible realizar excursiones transfronterizas por medio de una navegación en ciertas épocas del año. El lago Escondido es el más chico del circuito. Debe su nombre a su ubicación y su aparición repentina luego de una curva. De todos modos, es todo un logro no perder la cuenta de los lagos a lo largo del camino.

El lago Traful es el segundo lago en importancia por su superficie entre Bariloche y San Martín. A pesar de que no figura en el “orden de aparición” de los lagos a lo largo del camino, vale la pena hacer el desvío para conocerlo, y llegar hasta Villa Traful, un pueblito que se levanta sobre su costa sur. Se concentran allí muchos complejos de cabañas y hosterías, que ofrecen una alternativa más agresiva a los crecidos y bulliciosos centros de Bariloche, La Angostura o San Martín, para quienes prefieren la calma y gozar más plenamente de los paisajes andinos. Villa Traful es además el punto de partida de muchos trekkings hacia cerros, cascadas y lagunas.

Los lagos Villarino y Falkner están separados por apenas un par de kilómetros de montañas, y aparecen cada uno a un costado de la ruta. Están unidos por un río, más largo que el Mínimo, y también un excelente pesquero. Como en los demás lagos y ríos de la Patagonia, la técnica que prevalece es la pesca con mosca. Se ve a los



Unas vacaciones de verano por la Patagonia andina.

IMAGINA UN VIAJE.
IMAGINA MUCHOS.

MAR DEL PLATA PUNTA MOGOTES

COCOA HOTELS & DEPARTAMENTOS

En hotelería y departamentos, lo mejor. Unidades que ofrecen, privacidad, espacio y confort.

Arana y Goiri 2053, Punta Mogotes
Mar del Plata
TEL/FAX: (0223) 484 - 1361
www.hotelcocoa.com.ar / consultas@hotelcocoa.com.ar

PLUSMAR

SEGURIDAD CONFORT Y SERVICIO

SUITE BUS

Confort Seguro

servicio SEMI-CAMA

(011) 4303-6000
www.plusmar.com.ar

Este verano
Disfrutá Mogotes

En los balnearios
22 HURLINGHAM
23 CARIOCA
¡Totalmente renovados!

Recreación - Piletas de natación - Juegos de aventura
Canchas de voley, fútbol y paddle

Más información: teléfono 0223-484-2992/2993



Vuelo en parapente sobre el Parque Nacional Nahuel Huapi.

<<<

pescadores, enfundados en trajes de goma y metidos en el agua hasta la cintura, tirando incansablemente sus líneas para capturar truchas que en seguida devuelven al agua. Este sutil modo de pescar es una fuente de divisas muy importante para toda la región, porque la Patagonia y sobre todo la región de los lagos está considerada como uno de los mejores pesqueros del mundo. Muchos extranjeros llegan a esta zona dispuestos a pagar sumas consecuentes en busca de fotos de presas que devuelven imperativamente al agua, en pos de la conservación de las especies.

A lo largo del camino, entre desvíos, paseos e incursiones en los distintos valles, se puede superar ampliamente la cuenta de siete lagos. Cerca del Machónico, están los lagos Meliquina y Hermoso. Es una región famosa por sus ciervos colorados, introducidos por los primeros colonos alemanes y austríacos de la región. Como variante a la pesca con mosca, se abrieron en la zona varios cotos de caza, que reciben cazadores del mundo entero en busca de un trofeo de ciervo.

El Lácar es el último de los espejos de la Ruta de los Siete Lagos, cuando se llega desde el sur. Es el lago que baña la ciudad de San Martín. Desde los miradores, antes de bajar hacia la ciudad, sus azules metálicos contrastan con los verdes de las faldas de los cerros que lo encierran. Este lago muy profundo, como el Nahuel Huapi, se formó en un valle de origen glaciario. Mirando hacia el lado

sur, se ven las laderas erosionadas del cerro Vizcacha, huella del manto de hielo que antiguamente socavó la montaña y terminó, al derretirse, alimentando las aguas del lago. En invierno, San Martín de los Andes concentra a los amantes del esquí en el Chapelco, pero en verano es la meta predilecta de trekkers que se internan en los senderos de la zona, de increíble belleza. El paseo se termina en las calles de la dinámica ciudad, que tuvo también un crecimiento importante en los últimos años, de la mano de los sueños de muchos argentinos en busca de una nueva vida patagónica. O tal vez el paseo recién empieza, porque se abren ya los senderos del Parque Lanín, la ruta hasta Junín de los Andes, caminos hasta nuevos lagos, nuevos pesqueros y nuevos caminos de aventuras ✨

DATOS UTILES

–Bariloche: Información turística: 12 de Octubre 605 (Centro Cívico). Tel.: (02944) 42-3188.

–Villa La Angostura: Ruta de los Siete Lagos 96. Tel. (02944) 49-4124.

–San Martín de los Andes: Rosas y Avenida San Martín. Tel.: (02972) 42-6644.

–En Buenos Aires: Casa de la Provincia de Neuquén: 4327-2454. Casa de la Provincia de Río Negro: 4371-5599.

POR JULIAN VARSAVSKY

Para contrarrestar uno de los grandes males contemporáneos —el estrés— se está re-floando en todo el mundo aquella vieja costumbre romana de darse baños en aguas cálidas por el mero placer de relajarse. En las localidades costeras de la provincia de Buenos Aires la oferta de hoteles-spa se ha diversificado como en pocos lugares del país, ofreciendo programas de salud con una base médica, tratamientos de belleza y un elevado nivel de confort en el servicio.

El spa es por lo general un lugar silencioso, con poca gente. Allí uno se entrega exclusivamente al placer de cuidar el cuerpo. De alguna manera, es como ingresar en una burbuja que ofrece un contexto armonioso donde recobrar energías para enfrentarse de nuevo a la gran ciudad. Cada spa tiene su restaurante donde se come bien y dispone de entretenimientos a cargo de un equipo de animación que permite a los padres “despedirse” de sus hijos por la mañana y reencontrarlos recién al llegar la noche.

Uno de los servicios más utilizados por los clientes es el de masajes, y cada spa tiene su equipo especializado en masoterapia. Además del sauna seco y a vapor con esencias de eucaliptos, siempre hay una ducha escocesa —con diferentes chorros a presión que masajean todo el cuerpo— y un completo gimnasio con aparatos. Suele haber también salas de video con pantalla gigante y mesas de ping-pong o de pool.

EN MAR DEL PLATA El complejo turístico marplatense Torres de Manantiales Apart Hotel cuenta con un spa de salud ubicado a 18 kilómetros de las Torres, al sur de Mar del Plata sobre la Ruta 11, donde los visitantes son atendidos por un equipo profesional compuesto por médicos, nutricionistas, profesores de educación física y especialistas para cada una de las terapias de masajes, hidroterapia, fangoterapia y tratamientos cosméticos. El spa ocupa un área de 8 hectáreas de bosques surcados por un arroyo y senderos ecológicos que rodean una piscina al aire libre y otra cubierta, dos canchas de paddle, juegos para chicos y hasta un gran laberinto. Además de la piscina cubierta, hay otra más pequeña con capacidad para diez personas equipada con un hidrojet, cuyas aguas —que provienen directamente del mar— se calientan

Una de las tendencias veraniegas que se vienen consolidando en los últimos años es la combinación de los días de playa con los días de spa. Un informe sobre algunos de los hoteles de la costa atlántica que brindan toda una gama de tratamientos para el cuidado del cuerpo y el estrés.

hasta los 37 grados para favorecer la absorción en la piel de los componentes inorgánicos del mar (sodio, potasio, calcio, magnesio, cloro y carbonatos). Además de la playa privada, el spa dispone de cabañas emplazadas sobre los médanos para los huéspedes y también se atiende al público en general. Si el visitante se aloja en las Torres el acceso se paga aparte y hay un transporte desde el hotel.

Otra opción para el veraneante marplatense es el Club Vacacional

RCT, ubicado a 12 kilómetros del Faro de Punta Mogotes. El complejo residencial ofrece una alternativa de turismo para grupos familiares en departamentos en medio del bosque y cerca de la playa, donde se dispone de un spa con sauna, jacuzzi, ducha escocesa, hidromasaje y una piscina climatizada semiolímpica cubierta con un gran cubo de vidrio. Numerosos senderos conducen por el bosque hasta las unidades de dos pisos que suman un total de 200 habitaciones con TV por cable, teléfono, horno microondas, vajilla completa, frigobar, cocina eléctrica y servicio de mucama. Pueden albergar entre 3 y 8 personas según el tamaño de la habitación y disponen de amplios ventanales con vista al bosque. En un subsuelo debajo de la piscina están las instalaciones del spa. Una singularidad del spa de RCT es que durante el verano se instala un gabinete de masajes en la playa del complejo. Las alternativas son varias, ya que el equipo de masoterapia dispone de masajistas especializados en diferentes técnicas.

PINOS, MAR Y PAMPA Ubicado a metros de la playa en Pinamar, sobre la Avenida del Mar, Terrazas al Mar es el nuevo nombre del Ramada Resort Pinamar. Los cuartos disponen de cocina con heladera, licuadora, horno a



Las tensiones se diluyen con un masaje junto a la pileta de Manantiales.

Todo el año es

Tucumán

www.turismoentucuman.gov.ar

SECRETARÍA DE TURISMO DE TUCUMÁN

Los spa junto al mar

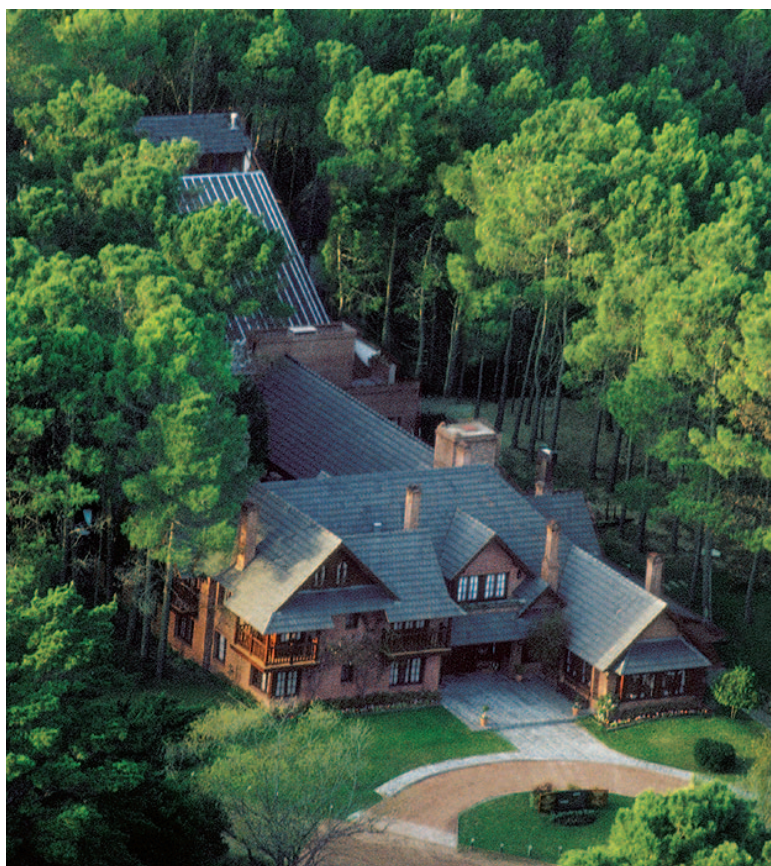
del bienestar



Bajo el sol, una masajista de RCT aplica la técnica tailandesa sobre la arena frente al mar.

gas y microondas, y vajilla. En el living hay una gran mesa para seis personas, un minicomponente y un sofá junto al balcón con vista al mar. El sector del spa tiene una original disposición arquitectónica, con el gimnasio ubicado a un costado de la pileta —en un nivel superior—, pero conectado visualmente a través de un vidrio con el sector de la piscina y el jacuzzi. El baño sauna y el finlandés, con vapor de eucaliptos, complementan el spa, junto con la sala de masajes y tratamientos de belleza.

Y si de bosques se trata, en el corazón mismo del bosque de pinos de Mar de las Pampas, a 6 kilómetros de Villa Gesell, está el spa La Mansión del Bosque. Este appart-hotel dispone de habitaciones dúplex equipadas con videocasetera y sistema de hidromasaje en la bañera. Como todo el techo de la parte inferior es de vidrio, se tiene la sensación —que por otra parte es una realidad— de estar durmiendo en medio de los pinos.



En Mar de las Pampas, el idílico entorno de La Mansión del Bosque.

DATOS UTILES

—Para los huéspedes de Torres de Manantiales se ofrecen programas integrales de varios días que incluyen el alojamiento, pensión completa con una dieta sana y toda una serie de tratamientos corporales. El programa semanal para bajar de peso y control del estrés incluye análisis de sangre, electrocardiograma, controles médicos diarios y diversos tratamientos (drenajes linfáticos, aplicaciones liporredutoras con talasoterapia y ejercicios con aparatos, entre otros). Este programa cuesta \$ 1711. Para el público en general, un día de spa (de 11 a 17 horas) con acceso a las tres piletas (cubierta, al aire libre y con agua marina), actividades físicas como hidrogym, ejercicios respiratorios y de relajación, una caminata, un tratamiento con máscara de fango o un masaje y una merienda cuesta \$ 93 por persona. También se pueden agregar otros tratamientos hidratantes y de relajación que se abonan aparte. Más información: Oficinas en Buenos Aires: Calle Corrientes 1250 Piso 2. Tel.: 4372 9260 o (0223) 486 2222/1999.

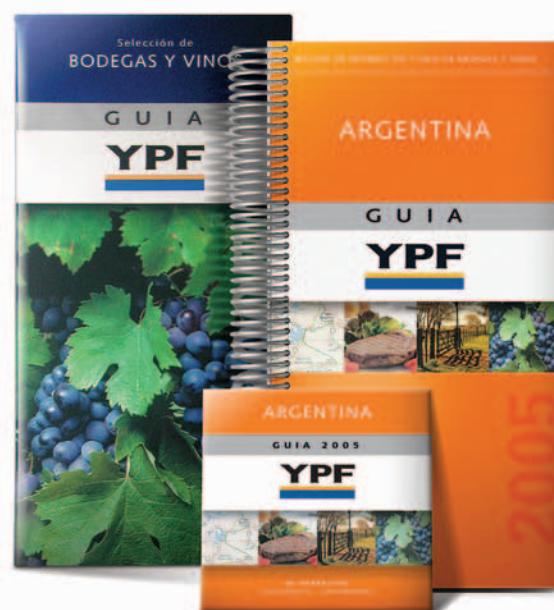
—En el complejo RTC se brindan todo tipo de masajes, desde el tailandés, que se aplica a todo el cuerpo, hasta el holístico, que combina varias técnicas como la reflexología, el reiki y el descontracturante. También se aplican masajes reductores y drenaje linfático. Una sesión de masajes de media hora cuesta alrededor de \$ 25 (\$ 68 un paquete con tres sesiones). Además se ofrecen clases

para que dos personas aprendan a realizarse masajes el uno al otro. La parte más estrictamente médica del spa está centrada en la utilización de una cama de magnoterapia diseñada en Cuba que se utiliza para diversos fines terapéuticos. La cama transmite ondas magnéticas que actúan sobre los tejidos óseos y las sesiones están supervisadas por una médica argentina que es representante en el país de Sermincuba (Servicios Médicos Internacionales Cubanos). Una sesión localizada cuesta \$ 25. Para estas Navidades hay una promoción del 18 al 25 de diciembre por 8 días y 7 noches por \$ 377 por persona. Incluye acceso al spa, carpa en el balneario y una cena show navideña. Para enero y febrero el mismo paquete (sin la cena show) cuesta \$ 612 por persona en base cuádruple. Más información: en Buenos Aires, Corrientes 1386. Piso 13. Tel.: 4374-0852 / 62.

E-mail: recepcion@rct.com.ar Sitio web: www.rct.com.ar
—En el hotel spa Terrazas al Mar de Pinamar, una estancia de una semana en un departamento dos ambientes cuesta \$ 3052 en enero y \$ 2772 en febrero.

—En La Mansión del Bosque de Mar de las Pampas, el alojamiento en enero y febrero por siete noches con desayuno buffet por persona en base doble cuesta \$ 1050. Tel.: 02255-47-9555
E-mail: informacion@lamansiondelbosque.com.ar
Sitio web: www.lamansiondelbosque.com.ar

NUEVA GUIA YPF 2005.



La única que te dice cómo llegar, dónde comer y dónde dormir. Ahora, totalmente actualizada y con un 30% más de información. Todos los viajes que quieras hacer están en la nueva Guía YPF 2005.

- CARTOGRAFIA
- GASTRONOMIA Y HOTELERIA
- ESTANCIAS
- BODEGAS Y VINOS

YPF
guiaypf.com

LA TENTACION ES 100% ARGENTINA

AMBIO

SIERRA
50%



PLAYA
50%



playas
sierras
ARGENTINA



www.playasysierras.gov.ar



Secretaría de
Turismo y Deporte
Gobierno de la Provincia
de Buenos Aires


ARGENTINA
www.turismo.gov.ar


CORAZON DE MI PAIS